

## МЕНЮ НА 18.10.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ		190	6,5	8,4	35,0	230,9
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,8	2,8	11,5	83,1
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>12,1</b>	<b>15,7</b>	<b>63,7</b>	<b>434,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		120	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		50	1,0	2,0	8,9	58,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		200/11	8,8	9,7	22,1	207,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ		200	11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТ ИЗС/ФС ВИТАМИНОМ "С"		180			10,7	42,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>26,8</b>	<b>24,0</b>	<b>108,1</b>	<b>753,8</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО		200	5,9	6,5	9,6	122,2
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,2</b>	<b>9,4</b>	<b>31,9</b>	<b>247,3</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		200	18,7	6,1	7,8	161,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>20,7</b>	<b>6,3</b>	<b>27,7</b>	<b>250,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 145</b>			<b>68,3</b>	<b>55,5</b>	<b>241,5</b>	<b>1 729,7</b>